

# Gemeinsam Meditieren

Monat März - „Annahme“

## *2. März*

### *Den Nächsten Annehmen*

Jeder Mensch sehnt sich tief in seinem Herzen nach Liebe und Anerkennung und möchte so angenommen werden, wie er ist.

Auf der Welt gibt es Gutes und Böses. Menschen verletzen oftmals unbewusst und unbedacht, äußerst selten steckt eine böse Absicht dahinter. Bedenken Sie, dass in jedem Menschen eine Seele wohnt, die das Gute in sich trägt, es weitergeben möchte, aber nicht kann, weil der Mensch es nicht zulässt.

Versuchen Sie nicht, den anderen zu ändern, sondern ändern Sie Ihre Sichtweise. Dann wird Ihr Leben leichter werden. Indem Sie sich im Annehmen üben, wird Ihnen vieles gelingen und Sie werden mit Ihren Mitmenschen immer öfter in Frieden und Harmonie leben.

## *9. März*

### *Nehmen Sie das Leben als Geschenk an*

Jeder Tag in Ihrem Leben kann ein kostbares Geschenk sein, wenn man lernt, die Höhen und Tiefen in Dankbarkeit anzunehmen. Wenn Sie das Gefühl haben, über die Härte des Schicksals zu verzweifeln, dann bedenken Sie bitte, dass die Tiefen im Leben oftmals große Chancen für inneres Wachstum bedeuten. Indem Sie die Sprache des Lebens verstehen und die sich bietende Chance nutzen, werden Sie mit Ihrem Lebensweg in Einklang kommen. Wer sucht, der findet.

Üben Sie sich darin, jeden Tag mit seinen Herausforderungen anzunehmen, dann kann Ihr Lebensweg zu Erkenntnis und Weisheit führen.

## *16. März*

### *Annehmen ist gelebte Liebe*

Tagein, tagaus finden wir uns in einem unaufhörlichen Strom an Gedanken wieder, die die Bewertungen anderer Menschen einschließen. Damit senden wir ganz unbewusst viele negative Gedanken aus.

Beginnt man die Mitmenschen anzunehmen, wie sie sind, entzieht man den negativen Gedanken die Kraft und stärkt das Positive in sich. Streben Sie danach, die tiefe innere Kraft zu erkennen, die die Annahme in Ihnen freisetzt. Öffnen Sie sich für das Gute und geben Sie es in jeder Form weiter. Durch abwertende Gedanken wird sich die Welt nicht ändern, sondern eher schlimmer werden. Wenn man das, was einen stört, angenommen hat, wird sich sehr viel leichter eine Lösung für Schwierigkeiten finden.

Begegnen Sie Ihren Mitmenschen so, wie Sie es sich von ihnen wünschen: mit Liebe und Respekt. Dann werden Sie Ihre Mitmenschen auch leichter annehmen können und Sie werden viel mehr Liebe ausstrahlen und entgegennehmen können.

## *23. März*

### *Annehmen heißt Gesundes Denken leben*

Drei Bereiche sind für jeden Menschen von großer Bedeutung: Familie, Beruf und Gesundheit. Bestehen hier Disharmonien, dann hat das oftmals schwerwiegende Folgen.

Beginnen Sie zuerst damit, Ihre Eltern und Kinder so anzunehmen, wie sie sind. Sie alle versuchen ihr Leben so gut zu leben, wie sie es können. Man kann die Vergangenheit und ihren Einfluss auf das eigene Leben nicht ändern. Was jedoch möglich ist, ist die Änderung der eigenen Gedanken über Menschen und Situationen auf dem Lebensweg.

Indem Sie lernen, liebevoller und freundlicher über Familie, Freunde und Kollegen zu denken, werden Sie besser und positiver mit ihnen umgehen. Versuchen Sie, die Menschen mit liebevollen Augen zu sehen.

Jeder Mensch gibt auf seine Weise das Beste, selbst wenn er Fehler macht und sich dadurch seine Schwächen offenbaren. Indem Sie dies annehmen, kann jeder Tag zu einer Quelle von Lebensfreude und Erkenntnis werden.